



# OS 12 MANDAMENTOS

DE CARLOS GRACIE

1. SER TÃO FORTE QUE NADA POSSA PERTUBAR A PAZ DA TUA MENTE.
2. FALAR A TODOS DE FELICIDADE, SAÚDE E PROSPERIDADE.
3. DAR A TODOS OS TEUS AMIGOS A SENSÇÃO DE QUE TEM VALOR.
4. OLHAR AS COISAS PELO SEU LADO LUMINOSO E ATUALIZAR TEU OTIMISMO EM REALIDADE.
5. PENSAR SOMENTE NO MELHOR, TRABALHAR UNICAMENTE PELO MELHOR E ESPERAR SEMPRE O MELHOR.
6. SER TÃO JUSTO E ENTUSIASTA COM RESPEITO AO ÊXITO DOS OUTROS COMO O ES COM O TEU PRÓPRIO.
7. ESQUECER OS ERROS DO PASSADO E CONCENTRAR TUAS ENERGIAS NAS CONQUISTAS DO FUTURO.
8. MANTER SEMPRE O SEMBLANTE ALEGRE E TER UM SORRISO PARA TODOS OS QUE A TI SE DIRIJAM.
9. EMPREGAR O MAIOR TEMPO NO APERFEIÇOAMENTO DE TI MESMO, E NENHUM TEMPO EM CRITICAR OS OUTROS.
10. SER GRANDE DEMAIS PARA SENTIR DESASSOSSEGO, NOBRE DEMAIS PARA SENTIR COLERA, FORTE DEMAIS PARA SENTIR TEMOR E FELIZ DEMAIS PARA SENTIR CONTRARIEDADES.
11. TER BOA OPINIÃO SOBRE TI MESMO E PROCLAMÁ-LA PERANTE O MUNDO, MAS NÃO COM PALAVRAS ALTISSONANTES E SIM COM BOAS OBRAS.
12. TER A FIRME CONVICÇÃO DE QUE O MUNDO ESTARÁ AO TEU LADO, ENQUANTO TE MANTIVERES FIEL AO QUE HÁ DE MELHOR DE TI.

ESSA É A

**1%**

ESSA É A NOSSA

**IDEIA!**